prorelax®

TENS+EMS DUO

2 traitements en un appareil

MODE D'EMPLOI

CE 0120

Traitements naturels contre les douleurs
et pour renforcer la musculature

REMARQUE IMPORTANTE
LES APPAREILS TENS+EMS PRORELAX SONT PARTICULIÈREMENT SÛRS ET CONVIVIAUX. EN EFFET, LE RÉGLAGE DE L'INTENSITÉ SE FAIT UNIQUEMENT QUAND LES ÉLECTRODES SONT EN CONTACT AVEC LA PEAU

Sommaire

INDICATIONS ET CONTRE-INDICATIONS	3
AVERTISSEMENTS ET MESURES DE PRÉCAUTION	4
CONTENU DE L'EMBALLAGE	10
COMPOSANTS DE L'APPAREIL	11
EXPLICATION PROGRESSIVE DE LA MANIPULATION	12
Préparation de la peau pour une séance	12
Mise en place/changement des piles	13
Raccordement des câbles à l'appareil	14
ALLUMAGE de l'appareil	14
EXTINCTION de l'appareil	15
Réglage de la durée du traitement	15
Sélection du programme	16
Réglage du niveau d'intensité du traitement	18
Traitements préprogrammés/programmes de traitement	19
Aperçu du placement des électrodes/des patchs	22
CARACTÉRISTIQUES DES FONCTIONNALITÉS	24
ENTRETIEN ET MAINTENANCE	25
RÉPARATION DES PANNES	26
DONNÉES TECHNIQUES DU TENS+EMS DUO *pro*relax®	27
GARANTIE	27

Indication et contre-indication

VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT CE MODE EMPLOI AVANT USAGE

Veuillez lire ce mode d'emploi avant de mettre en marche l'appareil.
Assurez-vous d'avoir suivi toutes les consignes marquées d'un « PRÉCAUTION » et « AVERTISSEMENT».

Un non respect des consignes peut blesser l'utilisateur ou endommager l'appareil. Des lois américaines limitent la vente de l'appareil à un médecin ou sur son ordre. L'utilisation correcte des électrodes est un facteur essentiel pour réussir un traitement. Observez « l'Aperçu du placement des patchs » aux pages 24 et 25 respectivement les consignes de votre médecin et demandez à ce que l'on vous montre où utiliser les électrodes.

INDICATION RELATIVE À L'UTILISATION

Le système **TENS+EMS DUO** ***pro****relax*® est un électrostimulateur TENS/NMES à double canal utilisé pour des traitements actifs cités par la suite

Le stimulateur nerveux électrique transcutané (TENS) peut être appliqué comme suit :
- pour soulager de manière symptomatique les douleurs persistantes chroniques.

La stimulation neuromusculaire électrique (NMES) peut être appliquée comme suit :
- apaiser les spasmes musculaires
- empêcher ou ralentir une atrophie due à l'inactivité
- augmenter la circulation sanguine locale
- refaire travailler les muscles
- maintenir ou augmenter la zone de mobilité

Avertissements et mesures de précaution

⚠ AVERTISSEMENTS

- Si vous être pris(e) charge par un médecin, consultez-le avant d'utiliser ce système.
- Les effets à long terme de ce système sont inconnus.
- Ne placez pas les patchs au-dessus ou à proximité de votre cœur.
- Ne placez pas les patchs autour ou à proximité de votre cou. N'appliquez aucune stimulation au-dessus du cou. Cela peut faire apparaître de graves spasmes musculaires et les contractions peuvent être suffisamment fortes pour obstruer les voies respiratoires ou provoquer des difficultés respiratoires.
  La stimulation au-dessus du cou pourrait aussi avoir des effets sur la capacité auditive ou la tension artérielle.
- N'appliquez aucune stimulation au-dessus de la cage thoracique étant donné que la conduction d'un courant électrique dans la cage thoracique peut entraîner des troubles du rythme cardiaque.
- Ne placez pas les patchs sur ou autour de votre tête. Les effets de la stimulation du cerveau sont inconnus.
- Ne placez pas les patchs au-dessus ou à proximité de plaies.
- En raison du risque de stimulation de muscles et d'organes inappropriés, ne placez pas les patchs sur le devant ou sur les côtés du cou, en diagonal ou en travers du cœur (un patch sur le devant de la cage thoracique), dans la région génitale ou sur la tête.
- Ne placez pas les patchs sur n'importe quelles cicatrices récentes, zones infectieuses lésées ou enflammées ou des zones où il y a une suspicion d'acné, de thrombose ou d'autres problèmes vasculaires (par ex. varices) ou sur n'importe quelles régions du corps ayant des sensations limitées.
- Ne placez pas les patchs au-dessus de zones ou régions ayant une capacité mobile restreinte (par ex. fractures ou entorses).
- N'utilisez pas le système pendant que vous dormez.
- N'utilisez pas le système quand vous vous sentez endormi(e).
- N'utilisez pas ce système dans ou à proximité de l'eau.
- N'appliquez aucune stimulation au-dessus de la cage thoracique étant donné que la conduction d'un courant électrique dans la cage thoracique peut entraîner des troubles du rythme cardiaque qui peuvent s'avérer mortels.
- Ne placez pas les patchs au-dessus ou à proximité de lésions cancéreuses.
- Appliquez les patchs exclusivement sur une peau normale, saine, propre et sèche. N'appliquez pas les patchs sur des plaies ouvertes ou des éruptions cutanées ou sur une peau enflée, rougie, infectée ou enflammée.
- Si vous avez subi un jour une opération du dos, consultez votre médecin avant d'utiliser ce système.

- Les appareil de surveillance électroniques (tels que ECG et alarme ECG) peuvent éventuellement ne pas fonctionner correctement si la stimulation électrique est appliquée.
- Vous devez alors positionner les patchs et utiliser l'appareil COMME le montre les pages 24 et 25 de ce mode d'emploi.
- Évitez les zones ou régions ayant une capacité mobile restreinte (par ex. fractures ou entorses).
- Évitez de placer les patchs au-dessus d'implants en métal.
- Évitez d'appliquer en même temps des électrodes de différentes tailles. Cela peut entraîner des irritation de la peau ou augmenter l'intensité de la stimulation sous la plus petite électrode. Certains programmes peuvent nécessité l'application d'électrodes de tailles diverses pour le traitement.
- N'utilisez pas l'appareil dans la baignoire ou sous la douche ou dans un environnement dont l'humidité de l'air est élevée (par ex. sauna, hydrothérapie, etc.).
- Le fonctionnement à proximité directe (par ex. 1 mètre) d'appareils de thérapie à ondes courtes ou micro-ondes peut entraîner une instabilité de la performance de l'appareil et une extinction de l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil dans un environnement, dans lequel il y a une présence de gaz inflammables ou explosifs.
- Le patient ne devrait jamais manipuler des machines potentiellement dangereuses (telles que par ex. scies à moteur, véhicule automobile, etc.) pendant la stimulation électrique.

Attendez avant l'application :

- au moins 6 mois après la naissance de votre enfant (vous devez consulter votre médecin avant toute application).
- 1 mois après la mise en place d'un contraceptif intra-utérin (par ex. un stérilet) (vous devez consulter votre médecin avant toute application).
- au moins 3 mois après une césarienne (vous devez consulter votre médecin avant toute application).
- jusqu'à ce que les saignements importants pendant vos règles soient passés, étant donné qu'un effort intense du ventre n'est pas recommandé pendant cette période.

⚠ MESURES DE PRÉCAUTION

- Lisez ce mode d'emploi avant d'utiliser ce système pour la première fois.
- Gardez ce mode d'emploi à portée de main à chaque fois que vous utilisez votre système.
- Le système est uniquement destiné à une utilisation personnelle sur des muscles sains d'adultes.
- La sécurité de l'utilisation du système n'a pas été établie pendant une grossesse ou une naissance.

- L'efficacité du système dépend en grande partie de l'état physique respectif d'une personne. Il se peut qu'il ne soit pas efficace pour tous les utilisateurs.
- La sécurité de la stimulation neuromusculaire n'a pas été établie pendant la grossesse.
- Faites preuve de prudence dans les circonstances suivantes :
- si une lésion des nerfs sensoriels est présente à cause d'une perte de la sensibilité cutanée normale.
- avant d'appliquer cet appareil sur des patients pour lesquels il y a une suspicion de maladie cardiaque.
- avant d'appliquer cet appareil sur des patients souffrant d'une épilepsie diagnostiquée ou présumée.
- après avoir subi depuis peu une/des opération(s) si la contraction musculaire peut perturber le processus de guérison.
- s'il existe une tendance aux saignements, par ex. après des blessures aiguës ou des fractures.
- pendant les règles ou la grossesse
- si le patient décrit avoir des irritations cutanées dues à la stimulation électrique ou au support électriquement conductible utilisé. Enlevez les électrodes, interrompez la stimulation et consultez un médecin. L'utilisation d'un autre support électriquement conductible ou un placement alternatif de l'électrode permet de réduire l'irritation cutanée. Après une longue application, des cas isolés d'irritation cutanée peuvent apparaître à l'endroit où l'électrode a été placée.
- Placez alors les électrodes comme le montrent les illustrations de ce mode d'emploi aux pages 24 et 25.
- Cet appareil ne devrait pas être utilisé pendant la conduite, la manipulation d'une machine ou pendant toute activité, au cours de laquelle des contractions musculaires involontaires exposent l'utilisateur au risque inadmissible de se blesser.
- Quelques utilisateurs peuvent ressentir une irritation cutanée ou une hypersensibilité de la peau à cause de la stimulation électrique ou du support conducteur.
- Conservez cet appareil hors de portée des enfants. Si le patient est un enfant, assurez-vous qu'il soit bien surveillé pendant la stimulation électrique.
- L'application d'une chaleur modérée (enveloppement chauffant) sur les muscles ainsi que l'humidification de la peau avant le traitement augmente son efficacité; l'application de packs froids sur les muscles traités après le traitement est tout aussi recommandée.
- Cet appareil ne doit être utilisé qu'avec les câbles, électrodes et accessoires mis à disposition par le fabricant.

- L'appareil n'est pas destiné à une application médicale, au traitement de n'importe quelle maladie médicale ou pour n'importe quelle transformation corporelle.
- Prenez contact avec Promedics Healthcare ou un revendeur agréé si votre appareil ne fonctionne pas correctement. Ne l'utilisez pas entre-temps.
- Une séance efficace ne doit pas provoquer de douleurs.
- Pour une personne utilisant l'appareil pour la première fois, il se peut que la stimulation musculaire procure une sensation inhabituelle. Nous vous recommandons de commencer en position assise avec une intensité faible de stimulation pour vous familiariser avec cette sensation avant de poursuivre avec des réglages d'intensité plus forts.
- Les câbles et patchs ne doivent pas être raccordés à d'autres objets.
- Ne vous surmenez pas pendant que vous appliquez la stimulation musculaire. Chaque exercice doit être agréable pour vous.
- Ne placez pas les patchs sur des bijoux ou des piercings corporels.

⚠ Soyez prudent(e) et consultez votre médecin avant d'utiliser ce système si vous êtes concerné(e) par un des faits suivants :

- vous avez une maladie grave ou une plaie qui n'est pas mentionnée dans ce mode d'emploi.
- vous venez d'être opéré(e).
- vous prenez de l'insuline contre le diabète.
- vous utilisez l'appareil comme élément d'un programme de rééducation.
- vous avez un problème cardiaque présumé ou diagnostiqué.
- vous avez une épilepsie présumée ou diagnostiquée.
- vous avez tendance à saigner en interne après une blessure.
- vous avez eu une opération il y a peu ou vous avez subi un jour une opération du dos.
- vous n'avez pas de sensation normale sur des zones cutanées, par ex. peau qui picote ou engourdie.
- pendant les règles ou la grossesse
- quelques personnes peuvent ressentir des irritations cutanées dues à la stimulation électrique ou la peau devient très sensible. Si cela arrive, arrêtez d'utiliser votre système et consultez votre médecin.
- si la peau est irritée au toucher sous un des patchs après une longue utilisation du stimulateur, utilisez le stimulateur pendant une durée plus courte.
- une rougeur minime à l'endroit de la stimulation est une réaction cutanée normale. Cela n'est pas considérée comme une irritation de la peau et cela disparaît normalement dans les 30 minutes suivant le retrait des électrodes. Si la rougeur ne disparaît pas 30 minutes après avoir enlevé les électrodes, ne réutilisez pas le stimulateur tant que la rougeur excessive n'a pas disparu.

- Éteignez le stimulateur si la stimulation vous procure une sensation désagréable ou n'entraîne pas de soulagement de la douleur.
- Conservez votre système hors de portée des enfants.
- Utilisez votre stimulateur uniquement avec les patchs, câbles clips et les accessoires recommandés par le fabricant.
- N'utilisez pas ce système si vous conduisez, manipulez une machine ou nagez.
- Assurez-vous d'avoir éteint l'appareil avant d'enlever les patchs pour éviter une stimulation désagréable.

Après des mouvements corporels fatigants :
- diminuez toujours l'intensité pour éviter de fatiguer les muscles.

IMPORTANT :
- l'efficacité dépend en grande partie de la sélection d'un patient par un médecin qui est qualifié dans le traitement de la douleur ou la rééducation.
- n'utilisez pas votre appareil en même temps qu'un autre appareil qui conduit du courant électrique dans le corps (par ex. un autre stimulateur musculaire).
- réglez l'emploi de votre appareil si vous vous sentez étourdi(e) ou faible. Consultez un médecin si cela arrive.
- ne touchez pas les patchs ou les pointes en métal pendant que l'appareil est allumé.
- n'utilisez pas le système si vous portez un anneau au nombril. Enlevez l'anneau avant la séance.
- utilisez l'appareil exclusivement avec les câbles et électrodes fournis par Promedics Healthcare avec votre appareil. Tous les autres câbles et électrodes peuvent éventuellement ne pas être compatibles avec votre appareil et réduire la sécurité minimum. Utilisez exclusivement les placements d'électrodes et réglages de stimulation qui sont décrits dans le mode d'emploi ou sont prescrits par votre médecin.
- cet appareil n'est pas destiné à être appliqué en extérieur.

Remarque : si pour une raison ou une autre vous avez des doutes concernant l'application de votre appareil, veuillez consulter votre médecin.

VORSICHTSMASSNAHMEN BEZÜGLICH PAD/ELEKTRODE

- Faites toujours une pause dans le programme actuellement en cours si vous repositionnez les patchs pendant une séance. Repositionnez les patchs et redémarrez le programme.
- Les patchs ne sont destinés à être utilisés que par une seule personne.
- Ne plongez pas les patchs dans l'eau.
- N'appliquez aucun dissolvant, peu importe le type, sur les patchs.
- Assurez-vous que l'appareil soit ÉTEINT avant d'enlever les patchs.
- Appuyez sur toute la surface des patchs fermement sur la peau. N'utilisez pas de patchs qui ne collent pas correctement sur la peau.
- Si votre peau a rougi sous le patch pendant une séance, ne commencez pas d'autre séance sur cette zone tant que la rougeur n'a pas totalement disparu.

Réactions indésirables

- Sous l'électrode de stimulation qui est collée sur votre peau, il se peut que d'éventuelles irritations et brûlures de la peau apparaissent.
- Il est possible que des maux de têtes et d'autres douleurs surviennent pendant ou après l'application de la stimulation électrique à proximité de vos yeux et sur votre tête et votre visage.
- Vous devez arrêter l'application de l'appareil et consulter un médecin si vous remarquez des réactions indésirables causées par l'appareil.

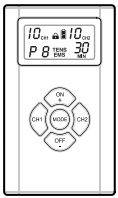
Circonstances qui peuvent avoir des répercussions sur votre système

DUO **TENS+EMS *pro***relax®

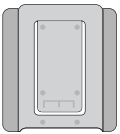
Étant donné que dans le cas du stimulateur s'il s'agit d'un système électronique fonctionnant sur piles, sa performance de sortie et sa sécurité peuvent être considérablement diminuées si l'humidité de l'air est extrême. C'est pourquoi il est très important de garder le stimulateur au sec pour garantir sa sécurité et sa performance.

Contenu de l'emballage

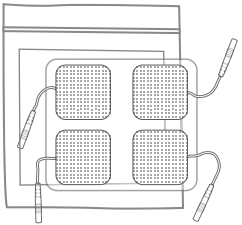
1. **TENS+EMS** DUO ***pro****relax*®
2. 1 clip
3. 4 patchs à électrode
4. 3 piles AAA (1,5 V)
5. 2 câbles
6. 1 pochette de rangement



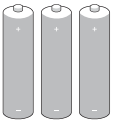
1



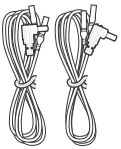
2



3



4

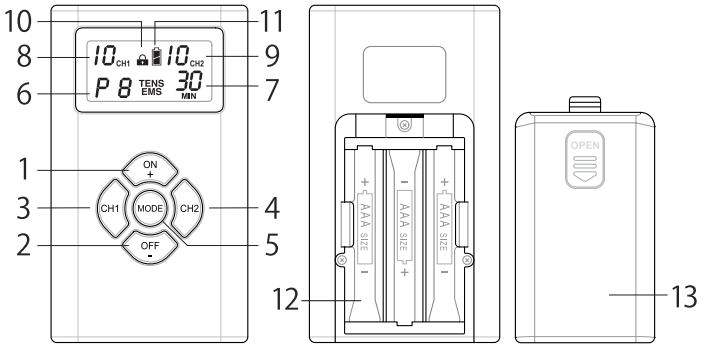


5

6

Composants de l'appareil

1. Allumer et augmenter l'intensité
2. Éteindre et réduire l'intensité
3. Canal 1
4. Canal 2
5. Touche pour durée du traitement / mode / choix du programme
6. Affichage du programme choisi
7. Durée du traitement
8. Affichage de l'intensité du canal 1
9. Affichage de l'intensité du canal 2
10. Affichage du « verrouillage »
11. Affichage du statut des piles
12. Compartiment à piles
13. Couvercle du compartiment à piles



Avant **Arrière**

Explication progressive de l'utilisation

PRÉPARATION DE LA PEAU POUR UNE SÉANCE

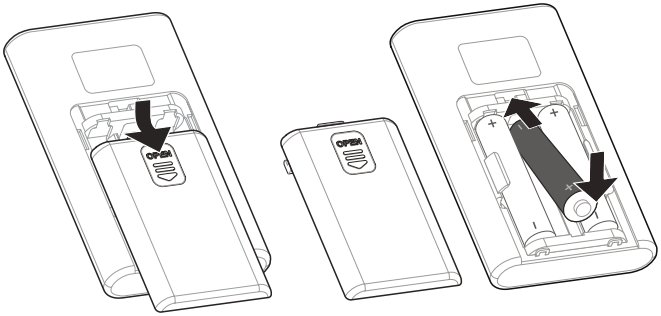
Bien préparer la peau couverte par les électrodes permet de mieux stimuler le tissu conjonctif ciblé, rallonge la durée de vie des électrodes et réduit le risque d'irritations cutanées. Après avoir raccordé le câble/les câbles au stimulateur, préparez les zones de votre peau sur lesquelles vont être placées les électrodes.

1. Déterminez les zones sur lesquelles doivent être placées les électrodes.
2. Nettoyez la région avec un savon doux et de l'eau (n'utilisez pas d'alcool). Nettoyez avec précaution et séchez.
3. A l'aide de ciseaux, raccourcissez les poils corporels excessifs dans cette région.
4. Mettez en option un produit de préparation de la peau sur la zone pour fournir une couche protectrice à votre peau. Mettre, laisser sécher et poser l'électrode comme le montre ce mode d'emploi. Vous réduisez de cette manière le risque d'irritations de la peau et rallonger la durée de vie de vos électrodes.
5. Si vous enlevez les électrodes, retirez toujours celles-ci en direction de la croissance du poil.
6. Appliquer une lotion cutanée sur la zone du placement des électrodes peut s'avérer utile quand vous ne portez pas les électrodes.

Veuillez observer « l'Aperçu du placement des patchs » aux pages 24 et 25.

Mise en place/changement des piles

1. Ouvrez le compartiment à piles situé à l'arrière de l'appareil en appuyant le couvercle du compartiment à piles, portant l'inscription « Open », vers le bas (cette zone a un marquage cannelé permettant de la trouver facilement).
2. Placez les 3 piles AAA (1,5 V) dans le compartiment à piles ; assurez-vous que les symboles (+/-) coïncident.
3. Refermez le couvercle du compartiment à piles en plaçant le couvercle dans l'ouverture prévue à cet effet et poussez vers le haut en exerçant une légère pression.
4. Le changement ultérieur des piles sera entrepris de la même façon.



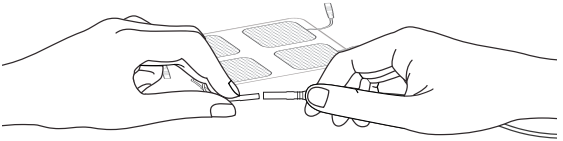
OBSERVATION

Veuillez observer les indications suivantes concernant les piles :

- utilisez toujours 3 piles x 1,5 V (AAA).
- gardez les piles hors de portée des enfants.
- ne pas recharger les piles.
- ne pas court-circuiter les piles.
- ne pas jeter les piles dans le feu.
- veuillez recycler les piles. Ne mettez pas au rebut les vieilles piles dans les déchets ménagers. Mettez les piles au rebut en sécurité dans votre centre de recyclage ou dans le magasin dans lequel vous avez acheté les piles.

Raccordement des câbles à l'appareil

1. Raccordez le câble aux électrodes avant de les placer sur la peau. (Aperçu du placement p. 22/23)

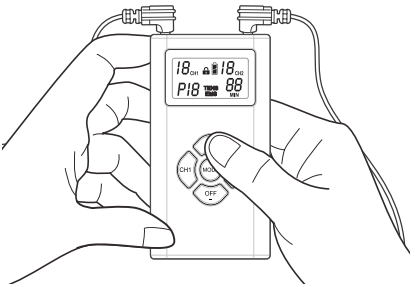


Allumage de l'appareil

1. Appuyez et maintenez la touche ON+ enfoncée pendant env. une (1) seconde pour allumer l'appareil.
2. Quand l'appareil est allumé, la durée choisie en dernier et le programme de traitement choisi en dernier clignotent.

OBSERVATION : n'allumez l'appareil que si tous les électrodes et câbles sont correctement raccordés.

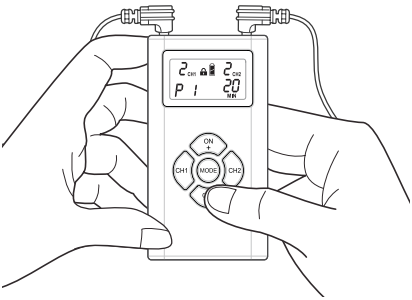
OBSERVATION : si vous stimulez les muscles des bras ou des jambes, n'oubliez pas que la contraction musculaire peut entraîner des mouvements involontaires des membres susceptibles de vous blesser ou d'autres personnes. Assurez-vous que les membres soient assurés pour éviter ces mouvements



Extinction de l'appareil

1. L'appareil s'éteint automatiquement après l'écoulement de la durée du traitement.
2. Appuyez sur la touche OFF pendant env. trois (3) secondes pour éteindre manuellement l'appareil. L'écran s'éteint et l'appareil aussi.
3. En situation d'urgence, vous pouvez aussi retirer le/les connecteurs de l'appareil et ensuite enlever les patchs.

OBSERVATION : ne retirez jamais l'appareil tant qu'il est encore allumé pour éviter des décharges électriques désagréables.



Réglage de la durée du traitement

1. Appuyez sur MODE. La durée de traitement (standard) préréglée clignote sur l'écran.
2. Pour rallonger la durée du traitement, appuyez de nouveau sur la touche ON+ et pour la raccourcir sur la touche OFF et ce jusqu'à ce que la durée de traitement désirée apparaisse à l'écran.
3. Appuyez à nouveau sur MODE pour sauvegarder votre réglage. Le temps que vous avez réglé réapparaîtra lors du prochain allumage de l'appareil.

OBSERVATION : changer les programmes de traitement pendant le traitement laisse la durée du traitement choisie inchangée. Celle-ci ne peut être changée que manuellement comme cela a été décrit précédemment.

Sélection du programme

L'appareil a 8 programmes de traitement différents préétablis pour les types de fonctionnement TENS/NMES ; les programmes se distinguent du point de vue de la largeur des impulsions et des fréquences.

Pour les programmes TENS :

Programme	Largeur d'impulsion (µS)	Fréquence d'impulsion	Type de forme d'onde
P1	260	15	Constant
P2	260	60	Éclaté
P3	260	60	Constant
P4	260~156	2~60	Densément dispersé
P5	260~156	60	Largeur d'impulsion de modulation
P6	260	7~60	Fréquence d'impulsion SD
P7	260~156	60	Largeur d'impulsion SD
P8	Répétition (P1-P7)		

Toutes les spécifications électriques ±20 %

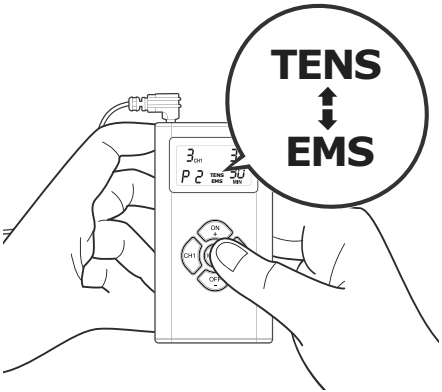
Pour programmes NMES :

	Largeur d'impulsion (µS)	Augmenter (sec.)	Maintenir (sec.)	Diminuer (sec.)	Off (sec.)	Fréquence d'impulsion (Hz.)	Mode de fonction
P1	260 µS (fixe)	2	3	2	2	70	S
P2		2	4	2	3	60	S
P3		2	5	2	4	50	S
P4		2	6	2	5	50	S
P5		2	2	2	6	50	A
P6		2	4	2	8	60	A
P7		2	6	2	10	70	A
P8						7~60	C

Toutes les spécifications électriques ±20 %

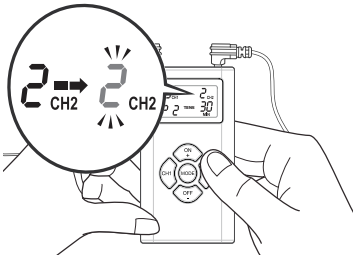
1. Après avoir réglé la durée du traitement, appuyez sur MODE.
   Le mode de traitement TEN/EMS (standard) préréglé clignote sur l'écran. Si vous souhaitez changer de mode de traitement, utilisez la touche ON+ (augmenter) ou OFF (diminuer).
2. Appuyez à nouveau sur MODE et le numéro du programme clignote. Si vous souhaitez changer le programme de la modalité choisie, utilisez la touche ON+ (augmenter) ou OFF (diminuer).
3. Appuyez à nouveau sur MODE pour sauvegarder votre réglage. Lors du prochain allumage de l'appareil, le temps que vous avez réglé réapparaîtra.

OBSERVATION : changer les programmes de traitement pendant le traitement laisse la durée du traitement choisie inchangée. Celle-ci ne peut être changée que manuellement comme cela a été décrit précédemment.



Réglage du niveau d'intensité du traitement

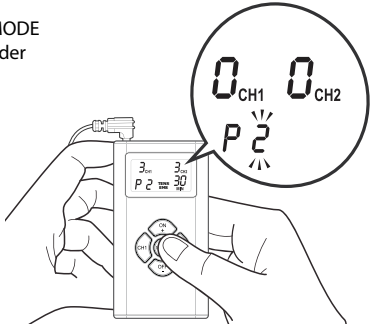
1. Il est possible de régler individuellement l'intensité pour chaque canal. Choisissez le canal que vous souhaitez régler en appuyant sur CH1 ou CH2. « CH1 » ou « CH2 » clignote à l'écran.
2. Pour augmenter l'intensité, appuyez de nouveau sur la touche ON+ et pour la diminuer sur la touche OFF et ce jusqu'à l'apparition du niveau d'intensité désiré à l'écran.



OBSERVATION : vous sentez l'augmentation ou la diminution de l'intensité dès que vous la sélectionnez. Lorsque vous la changez, vous ressentez le mieux quelle puissance vous est agréable.

OBSERVATION : si vous changez le mode de traitement ou le programme de traitement pendant une séance de traitement, le niveau d'intensité est réinitialisé à « 0 » pour des raisons de sécurité, ce qui s'affiche sur l'écran.

3. Appuyez sur MODE pour sauvegarder votre réglage.



Traitements préprogrammés / programmes de traitement du système TENS+EMS DUO *pro*relax® en mode de traitement « TENS »

Tens (neurostimulation électrique transcutanée)

Programme de traitement	Type de douleurs	Objectif du traitement	Description de la sensation
Mode P1 I C	Douleur chronique	Réduction des douleurs de la musculature	Picotement constant agréable. La douleur devrait diminuer peu à peu après le traitement.
Mode P2 / B	Douleurs aiguës	Blocage de la douleur et aide pour les spasmes musculaires	La sensation désagréable pulsative de la douleur devrait s'apaiser très vite pendant le traitement.
Mode PC3 / C	Douleurs chroniques	Blocage de la douleur en cas de douleurs musculaires	Sensation constante pulsative. Réduction et disparition progressive après le traitement.
Mode P4 / D-D	Douleurs chroniques	Multiplication de la décharge d'endorphines et blocage des douleurs	Par vague, alternative pulsative et picotements. Après le traitement la douleur devrait être nettement plus faible.
Mode PS / MW	Douleurs chroniques	Assouplissement intense de la musculature fatiguée, massage	Picotements doux agréables, par vague, variables.
P6 / SDR	Douleurs chroniques	Décontraction de la musculature éreintée, massage	Picotements alternatifs, par vague, agréables et pompage.
P7 / SDW	Douleurs chroniques	Prévention d'un effet d'accoutumance Massage varié	Picotements agréables intenses et variables et oppression.
P8 (combinaison des programmes P1~P7)	Douleurs aigües et chroniques combinées	Combinaison de blocage de la douleur et de production d'endorphines	Combinaison de sensations différentes des programmes 1 à 7.

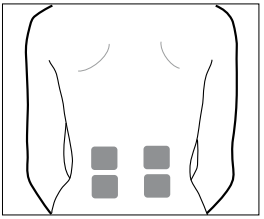
Traitements préprogrammés / programmes de traitement du système TENS+EMS DUO *pro*relax® en mode de traitement « EMS »

NMES des muscles (stimulation neuromusculaire électrique)

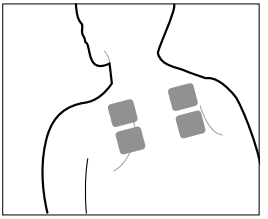
Programme de traitement	Ce que vous devriez ressentir et avantages	Proposition
P1 Préparation à l'entraînement	Ce programme échauffe doucement les muscles avant l'entraînement ; la sensation est celle d'un massage rythmé.	Augmentez l'intensité jusqu'à obtenir une mobilité musculaire importante mais agréable. Durée : 10 minutes
P2 Renforcement musculaire	Ce programme utilise une fréquence de pulsation qui fait battre les fibres musculaires. Il améliore la capacité anaérobique des muscles et est utilisé pour améliorer la force musculaire maximale.	sL'entraînement comprend une série de phases de travail qui sont interrompues par des phases de détente plus longues. Augmentez l'intensité de la stimulation jusqu'à obtenir une contraction forte et profonde. Ne dépassez pas un niveau agréable ; durée : 20 minutes
P3 Renforcement musculaire	Ce programme utilise une fréquence de pulsation qui masse les fibres musculaires. Il améliore la capacité anaérobique des muscles et est utilisé pour améliorer la force musculaire maximale.	L'entraînement comprend une série de phases de travail qui sont interrompues par des phases de détente plus longues. Augmentez l'intensité de la stimulation jusqu'à obtenir une contraction forte et profonde. Ne dépassez pas un niveau agréable ; durée : 20 minutes
P4 Renforcement musculaire	Ce programme utilise une fréquence de pulsation qui masse les fibres musculaires. Il améliore la capacité anaérobique des muscles et est utilisé pour améliorer la force musculaire maximale.	L'entraînement comprend une série de phases de travail qui sont interrompues par des phases de détente plus longues. Augmentez l'intensité de la stimulation jusqu'à obtenir une contraction forte et profonde. Ne dépassez pas un niveau agréable ; durée : 20 minutes

Programme de traitement	Ce que vous devriez ressentir et avantages	Proposition
PS Renforcement musculaire	Ce programme utilise une fréquence de pulsation qui fait battre les fibres musculaires. Dans ce programme, les canaux fonctionnent réciproquement par paires. Il améliore la capacité anaérobique des muscles et est utilisé pour améliorer la force musculaire maximale.	L'entraînement comprend une série de phases de travail qui sont interrompues par des phases de détente plus longues. Augmentez l'intensité de la stimulation jusqu'à obtenir une contraction forte et profonde. Ne dépassez pas un niveau agréable ; durée : 20 minutes
P6 Renforcement musculaire	Ce programme utilise une fréquence de pulsation qui masse les fibres musculaires. Dans ce programme, les canaux fonctionnent réciproquement par paires. Il améliore la capacité anaérobique des muscles et est utilisé pour améliorer la force musculaire maximale.	L'entraînement comprend une série de phases de travail qui sont interrompues par des phases de détente plus longues. Augmentez l'intensité de la stimulation jusqu'à obtenir une contraction forte et profonde. Ne dépassez pas un niveau agréable ; durée : 20 minutes
P7 Délassement actif	Ce programme active les muscles pendant des cycles de contraction/détente courts. La sensation est celle d'un massage assouplissant. Dans ce programme, les canaux fonctionnent réciproquement par paires.	Utilisez-le après un entraînement intensif pour favoriser le délassement et la détente ; durée : 20 minutes
PS Constitution de l'endurance	Ce programme utilise une suite d'impulsions à basse fréquence pour améliorer la capacité et l'approvisionnement des vaisseaux capillaires nécessitant de l'oxygène qui profitent de la lente convulsion des fibres musculaires. Il améliore la résistance à la fatigue pendant un entraînement long continu avec une intensité modérée.	L'entraînement comprend une série alternative de phases de travail et de détente qui durent plusieurs secondes. Augmentez l'intensité de la stimulation jusqu'à obtenir une contraction forte et profonde. Ne dépassez pas un niveau agréable ; durée : 20 minutes

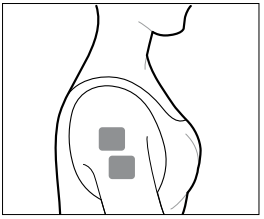
Aperçu du placement des électrodes/des patchs



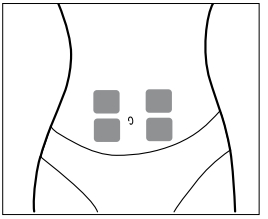
BAS DU DOS
Placez deux patchs horizontalement de chaque côté de votre colonne vertébrale en bas de votre dos.



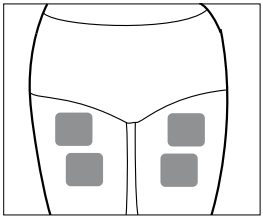
HAUT DU DOS
Placez deux patchs horizontalement de chaque côté de votre colonne vertébrale en haut de votre dos.



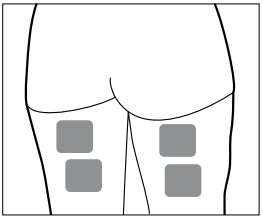
ÉPAULES
Placez une moitié des patchs sur le devant de votre épaule et l'autre moitié sur le côté.



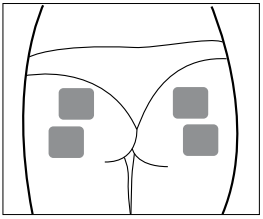
ABDOMINAUX
Placez chaque paire de patchs verticalement de chaque côté de votre nombril.



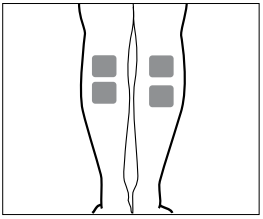
DEVANT DE LA CUISSE
Placez chaque paire de patchs horizontalement sur le devant de chaque cuisse.



ARRIÈRE DE LA CUISSE
Placez chaque paire de patchs horizontalement à l'arrière de chaque cuisse.



FESSIER
Placez les patchs horizontalement sur les fesses, à mi-chemin entre la ligne centrale et le côté de votre corps.



MUSCLES DES MOLLETS
Placez chaque paire de patchs horizontalement sur chaque muscle des mollets. Ne placez pas les patchs trop bas sur la jambe car cela peut entraîner des contractions désagréables.

Caractéristiques des fonctionnalités particulières

DURÉE DU TRAITEMENT
L'appareil propose 12 périodes préréglées : 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 et 60 minutes.
La durée de traitement restante s'affiche en minutes à l'écran pendant votre séance.

- L'appareil s'éteint automatiquement après l'écoulement de la durée du traitement.
- La durée de traitement choisie en dernier est sauvegardée.
- Si vous modifiez le mode de programme pendant votre traitement, le temps continue de s'écouler jusqu'à votre réinitialisation de la durée du traitement.
- En allumant l'appareil, le programme utilisé en dernier s'affiche à l'écran.
- Pour modifier le programme, appuyez aussi souvent sur ON+ ou OFF- jusqu'à ce que s'affiche le programme désiré à l'écran.
- Appuyez sur MODE pour sauvegarder votre réglage. Le programme que vous avez réglé réapparaîtra lors du prochain allumage de l'appareil.

FONCTION « VERROUILLAGE »
Appuyez et maintenez les touches ON+ et OFF- enfoncées en même temps pendant env. 1 seconde pour verrouiller/débloquer l'appareil.

MISE HORS CIRCUIT AUTOMATIQUE
- L'appareil s'éteint automatiquement si aucune touche n'est activée dans les 60 secondes.
- L'appareil s'éteint automatiquement quand la durée du traitement est écoulée.

RÉINITIALISATION DE L'INTENSITÉ
Pour votre sécurité, l'intensité est réinitialisée à « 0 » quand l'appareil s'éteint ainsi qu'après chaque séance de traitement.
Le traitement s'interrompt si les électrodes sont mal placées et/ou lorsque vous entrez une modification du mode. Cela entraîne une réinitialisation au niveau d'intensité le plus faible et « 0 » s'affiche à l'écran.

AFFICHAGE DU STATUT DES PILES
La lumière de contrôle des piles s'allume quand l'énergie des piles diminue.
Cela indique qu'il faut bientôt changer les piles.

PRÉCAUTION ET ENTRETIEN

STIMULATEUR
Il est possible de nettoyer le stimulateur à l'aide d'un chiffon propre humidifié avec un peu d'eau savonneuse. Ne plongez pas le stimulateur dans des liquides et ne l'exposez pas à de grandes quantités d'eau.

- Pour nettoyer l'appareil, n'utilisez pas de produits de nettoyage et d'entretien agressifs ou de brosses.
- Retirez les piles de l'appareil avant de le nettoyer.
- N'utilisez l'appareil que lorsqu'il a est à nouveau totalement sec.
- N'exposez pas l'appareil directement à la lumière du soleil et protégez-le de la poussière et de l'humidité.

CÂBLES
- Retirez les câbles du stimulateur et des électrodes.
- Ne tirez pas sur les câbles, mais sur les connecteurs qui se trouvent à l'extrémité des câbles.
- Conservez le stimulateur avec les câbles dans un endroit propre et sec.

ÉLECTRODE
Les patchs à électrode sont des articles jetables et utilisent une colle qui s'assèche après une longue application ou une longue conservation. Il faut changer les patchs quand ils perdent de leur adhérence ou quand vous remarquez une modification de la stimulation.

Si vous avez des doutes quand à l'état impeccable des patchs, commandez de nouveaux patchs en ligne sous www.euromedics.de ou contactez un revendeur agréé.

CONSERVATION DE VOTRE SYSTÈME
1. Conservez votre système à une température ambiante dans un endroit sec et hors de portée des enfants.
2. Retirez les piles si le stimulateur n'est pas utilisé pendant plus d'une semaine.

Dépannage

Vous devriez contrôler votre appareil et les accessoires avant de l'utiliser pour éviter des dommages ou des dysfonctionnements. Voici quelques contrôles simples à réaliser :

1. assurez-vous que les piles ont une puissance suffisante et ne sont pas corrodées.
2. assurez-vous que les câbles soient bien enfoncés dans les fiches de raccordement de l'appareil. Le tableau suivant montre quelques pannes peuvent survenir à l'occasion. Si vous ne pouvez pas les réparer vous-même, veuillez vous adresser directement à votre magasin spécialisé ou au service clients.

Erreur	Cause	Remède
L'appareil ne veut pas s'allumer	Aucune pile ou piles trop faibles	Changer les piles
L'appareil s'allume, mais s'éteint aussitôt	Piles pas bien placées	Replacer les piles ou changer les
	Piles épuisées	Changer les piles
L'appareil s'allume, mais ne produit pas d'impulsion électrique	Câble cassé	Changer le câble
	Câble pas correctement raccordé	Raccorder correctement le câble
	Durée du traitement est écoulée	Éteindre l'appareil et ensuite le rallumer
L'appareil ne veut pas s'allumer malgré les nouvelles piles		Appeler le service clients

Données techniques du système DUO **TENS+EMS** ***pro***relax®

Canaux : deux, isolé l'un de l'autre
Amplitude d'impulsion : réglable 0 - 80 mA pointe jusqu'à charge de 500 Ω par canal
Fréquence d'impulsion : selon le mode de fonctionnement préprogrammé
Largeur d'impulsion : selon le mode de fonctionnement préprogrammé
Montée commandée par logiciel : la largeur d'impulsion augmente en changeant de mode
Minuterie : 5~60 min. possibilité de sélectionner
LCD : affichage du mode, de la fréquence d'impulsion, de la largeur d'impulsion, de la minuterie, du canal 1/2, du niveau d'intensité
Forme des ondes : impulsion symétrique biphasique
Chargement maximale par impulsion : 20,8 micro-Coulomb maximum
Interdépendance : 5 % maximal
Alimentation électrique : 3 x AAA / 4,5 Volts via piles
Toutes les spécifications électriques ±20% pour charge de 500 Ω

Garantie

Ce système DUO **TENS+EMS** ***pro***relax® a une garantie de deux ans à compter de la date d'achat.

La garantie ne concerne pas les dommages qui résultent de la non-observation du mode d'emploi, d'accidents, d'une mauvaise utilisation, de modifications ou d'un démontage par des personnes non autorisées.

La garantie concerne l'appareil principal et les pièces nécessaires ainsi que la durée du travail. Il est garanti que les piles, câbles, électrodes et autres accessoires sont exempts de défauts de traitement et de matériau au moment de la livraison.

Le distributeur se réserve le droit d'échanger ou de réparer l'appareil à sa propre convenance.

EUROMEDICS GmbH

Distribué exclusivement en Europe par :
EUROMEDICS GmbH
D-53343 Wachtberg, Germany
www.euromedics.de
info@euromedics.de

prorelax®